

Consejos para aprender en línea

Para estudiantes

Te has encontrado aprendiendo en línea. Va a ser diferente, de seguro, pero podemos lograrlo juntos.

A continuación, tenemos algunos consejos para ayudarte en este proceso.

Lugar de estudio

- Encuentra un lugar en tu casa que esté libre de distracciones, en donde puedas estar cómodo(a) y en donde puedas enfocarte en conectarte con tu clase.
- Estabiliza tu dispositivo electrónico en una mesa o superficie dura. De esta manera, nadie se marea viendo tu cámara mecerse de un lado a otro y tu dispositivo electrónico se mantiene a salvo.



Presencia

¡Recuerda que tus maestros quieren verte y oír tu voz!

- Ellos están disponibles para responder a tus preguntas e inquietudes. No tengas miedo de hablar.

Hidratación

- Mantén un vaso de agua cerca de ti.

¡Asegúrate de que tenga una tapa en caso de que se derrame!

¡Nadie quiere un dispositivo electrónico mojado!



Comunicación

Si no entiendes lo que está pasando, pregúntale a un compañero de clase. Y si te están dando información de la cual no estás seguro(a), **pregúntale a tu maestro.**

Tu maestro(a) te debió de haber dado su información de contacto.

¿Es un correo electrónico?

¿Es a través de tu Google Classroom?

¿Quizás SeeSaw?

Pregunta.

- No te quedes sentado(a) esperando. Y mientras que tu mamá, papá, abuela o compañero(a) de clase podría tratar de ayudarte, es mejor que le hagas ciertas preguntas a tu maestro(a).
- No esperes hasta el último momento para pedir ayuda.
- Sé proactivo(a) en obtener ayuda cuando te sientas estancado(a).



Descanso

¡Tómate un descanso!

- No te quedes sentado(a) al frente de la computadora.
- ¡Tus ojos necesitan descansar (el cual también incluye los videojuegos, si ese es tu descanso favorito) y tus piernas necesitan moverse!



Horario

- Ayuda a tu familia a establecer un horario que incluya tiempo de aprendizaje, tiempo para moverse, tiempo de juego, tiempo para comer, etc.
- Tal vez puede incluir cocinar, hacer senderismo, el honrar las tradiciones culturales, jugar juegos de mesa o contar historias con tu familia.
- Intercambia ideas sobre cómo será el día de tu familia y empieza a entrar en esa rutina.

Horario

- Y asegúrate de que todos estén de acuerdo para que nadie te moleste cuando te tomes un descanso. Así que, si el horario necesita cambiar, pide una reunión o discusión familiar, para que, de nuevo, todos se pongan de acuerdo.
- ¿Te gusta escuchar música o ver la televisión mientras trabajas? A veces esa es una estrategia estupenda para desconectarse de los ruidos de la casa, pero es posible que te encuentres viendo la televisión en vez de estudiar.



Concienciación

- Ten en cuenta lo que debes de estar haciendo cuando estés estudiando.
- Averigua lo que funciona mejor para tu aprendizaje.



Volumen

¡Vigila el volumen de tus audífonos!

Cuando se pierde la audición, se pierde.
Si tienes duda, baja al volumen.



Paciencia

Finalmente, ten paciencia contigo mismo, con tus compañeros de clase, con tu familia y con tus maestros.

Esto es nuevo para todos nosotros.



Adaptado con el permiso de ESSDACK y el Departamento de Educación Estatal de Kansas